
LEVÉL A SZERKESZTŐHÖZ

REFLEXIÓ

SZONDY MÁTÉ „A MEGBOCSÁTÁS PSZICHOLOGIÁJA: KIALAKULÁSA, HATÁSAI ÉS FEJLESZTÉSE” CÍMŰ TANULMÁNYÁRA

Nagy örömmel és érdeklődéssel olvastam a lapban Szondy Máté „A megbocsátás pszichológiája: kialakulása, hatásai és fejlesztése” című tanulmányát (*Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7/1, 2006, 15–34). A megbocsátás témája mind gyakrabban jelenik meg a szakirodalomban, s ez ígéretes, talán a mindennapi élet is profitál majd belőle. Szeretném hát üdvözölni a cikket, úgyis, mint a magyar szakirodalomban az első egyikét – ha nem éppen a legelső. A cikk széles spektrumot ölel át, átfogó képet ad a témáról, eligazító funkciót lát el. A panorámát szélesíti, hogy nem csak a szigorú értelemben vett pszichológiai vonatkozásokat tárgyalja, hanem a folyamat organikus hátterét is.

Mindazonáltal nem könnyű eligazodni a cikkben ismertetett, sokszor egymásnak ellentmondó megállapítások, elméletek sűrűjében. Így hát több helyütt vitám is van a leírtakkal. Igen nagyra tartom, hogy a szerző nagy körültekintéssel igyekszik megadni a fogalom definícióját. Külön erősségnek tartom, hogy azzal is foglalkozik, hogy mi *nem* tartozik ebbe a fogalomkörbe. Ezek legfontosabbjai a felejtés, az elnézés, illetve a mentség keresése, a tagadás (a sérelem bagatellizálása). Azt viszont mindenképpen vitatom, hogy „a kegyelem jogi fogalom” lenne, legyen szó akár a köznap beszédéről, akár tudományos értekezésről. A „kegyelem” meg lehetőségen tárgyalt szó, sok területet érint, sok értelmi és hangulati vetülete van.

A definíciós kísérleteket is problematikusnak érzem, kezdve a megbocsátás eredeztetésével: „Az a tény, hogy a majmok emberszabású maj-

mok, és az emberek mind mutatják a megbocsátást...” Ezt így túlságosan kategorikus megfogalmazásnak érzem. Sokan a megbocsátást humán jelenségnek tartjuk. Még akkor is túlságosan kategorikusnak érzem ezt a megfogalmazást, ha egyes állatfajoknál efféle jelenségeket – analóg viselkedésmintákat – látunk. A definíciók közül a „megbocsátásnak az áldozat – elkövetőre irányuló – gondolataiban, érzelmeiben és/vagy viselkedésében bekövetkező proszociális változást nevezzük” tetszik a legjobban, kiegészítve azzal, hogy „amikor az emberek megbocsátanak, (érzelmi és kognitív) válaszaik azok irányába, akik megsértették őket, egyre pozitívabbá válnak”. Ez igaz, de ha abból indulunk ki, hogy a sértett ember a sértővel szemben negatív, elutasító, esetenként haragos (ellenséges) attitűdöt mutat, akkor ennek mérséklődése-anullálódása is nagy eredmény, s nem szabad elvárnunk a pozitív álláspontot. Szerencsésebbnek tartom tehát az efféle meghatározást: negatív érzelmeik – jó esetben a nullaig – csökkennek.

Míg ebben a bekezdésben – véleményem szerint nagyon helyesen – egyben tárgyalja a kognitív és érzelmi megnyilvánulásokat, a következőben már mint külön kategóriákat látjuk viszont e fogalmakat, elkülönítve a „döntési és érzelmi megbocsátás”-t, előbbiben esetleg a „negatív érzelmeik megszűnése nélkül”. Mindkét idézett kategóriával bajom van: nem tudom elképzelni a pusztán „döntési” és pusztán „érzelmi” megbocsátást. A folyamat két síkon zajlik, ha nem is feltétlenül egyidejűleg, de akkor érik meg, amikor a két oldal összetalálkozik. A megbocsátás – a sértettség affektív jellege miatt – nem egyszerűen elhatározás, „döntés” kérdése. Továbbá: hogyan beszélhetünk megbocsátásról a negatív érzelmeik perzisztálása esetén? Nem mond ez ellent a korábban idézett definíciónak (mármint a „proszociális változásnak”)? Folytatva: „A döntési megbocsátás esetében a személy tudatosan dönt arról, hogy megbocsát, nem keresi a bosszú lehetőségét.” A bosszú gondolata-vágya-terve szerencsére nem obligát – vagy akár csak gyakori – jellemzője a megbántott embereknek, de ha mégis jelen van, az ettől való elállás még messze nem jelenti a megbocsátást. A tanulmányban a „bosszú” még egyszer felbukkan, mégpedig a megbocsátás fajtái között, mint „bosszúálló megbocsátás”. Ezt a kategóriát végképp ellentmondásosnak tartom, amit a mellékelt magyarázat sem old fel, miszerint „...a megbocsátás csak akkor helyénvaló, ha a sértett már bosszút állt, illetve, ha az elkövető már jóvátette tettét”. Utóbbi két kategória nem vonható össze egy „illetve” kötőszóval, mivel lényegi ellentét feszül közöttük: a bosszú a sértett (viszont)agressziója, míg a jóvátétel a sértő fél ön-elmarasztalásán alapuló közeledése a sértett felé. De alapvetően vagy bosszú van – szinonimával élve megtorlás – vagy megbocsátás! A megbosszult sérelem esetén ki, kinek,

mit bocsáthat meg? Ugyancsak problematikus fogalom a „törvényesen elvárt megbocsátás” is. A megbocsátáshoz vezető folyamatot elősegítheti az elvárás, de ennek alapja csak a referencia-csoport nyomása lehet, s nem a törvény!

„A megbocsátás valószínűségét nagymértékben növeli, ha az elkövető bocsánatot kér, illetve megbocsátást keres.” A megbocsátást szerintem nem megkönnyíti, hanem egyáltalán lehetővé teszi az a feltétel, hogy az elkövető belássa korábbi hibás magatartását, próbálja azt jóvátenni, s ezt a megbántottnak is tudomására hozza. Ez lehetne a „megbocsátást keres”, míg a „bocsánatot kér” a többé-kevésbé formalizált megkövetés. Az e nélküli megnyihülés lehetséges formái mind olyan jelenségek, mint amilyeneket a dolgozat elején mint a *nem*-megbocsátás változatait említett a szerző: elnézés, mentség-keresés, tagadás.

Bár a dolgozatban ismételten szerepel mind a megbántott, mind a megbántó személye, számomra mégsem elég hangsúlyos, hogy a megbocsátás – csakúgy mint „elődje”, a megbántás – kapcsolati jelenség, és csak ebben a kontextusban értelmezhető és kezelhető. Külön tanulmányt érdemelne a megbántás fogalma, a másik végpontból adva hangsúlyt annak a ténynek, hogy a megbántás-megbocsátás a társas lét erőterében zajló folyamatok. Csak jelzésképpen mondom, hogy a megbántottságra okot adó magatartás nem feltétlenül agresszió, hiszen lehet pl. mulasztás is („nem köszöntött fel a születésnapomon”). Nagyon érdekes lenne annak az áttekintése, hogy miféle magatartások miféle körülmények között minősülnek bántásnak – s ezek közül melyek a leginkább/legkevésbé megbocsáthatók. Nyilvánvaló, hogy egy ilyen lista érvényessége térben és időben és még több kategória mentén igen behatárolt lenne, mégis, a konfliktuskezeléshez támpontot adna.

A bántás-megbocsátás alapesetben – mondjuk így – egyszerű eseménysor: „A” (személy) megbántja „B” (személy)-t, később ez belátja hibáját, sajnálja azt, megbánja, bocsánatot kér, és a sértett fél megbocsát. De az élet sok más helyzetet is produkál. Ilyenek pl.: 1. A „soha nem fogom magamnak megbocsátani” jelenség, amikor is az egyén önmagát hozza méltatlan helyzetbe. 2. Ugyanazon személyek között – ugyanazon módon, vagy másképpen – de *ismételten* kerül sor megbántásra. 3. Csoport bánt meg csoportot (ritkább, hogy egyént). A megbocsátás folyamata ezekben az esetekben egészen másképpen megy végbe, mint „alapesetben”. Izgalmas lett volna ezekről is olvasni.

Igen érdekes, széles áttekintésű cikk Szondy Mátéé, öröm volt olvasni – íme ennyi gondolatot inspirált. Ismételten reményemet fejezem ki, hogy a téma ébrentartása, a napi gondolkodásba való átplántálása jelentős társadalmi haszonnal jár majd.

Végezetül szerző, olvasó és szerkesztő bocsássa meg nekem, hogy elő-
állok a megbocsátás saját definíciójának javaslatával: „A megbocsátás egy
megbántott ember(csoport) bántójával/bántóival szembeni elutasító at-
titűdjének enyhülése/megszűnése, ami a megbántó(k) jóvátételi szándé-
kának közlésével indul, s mindkét fél feszültségének csökkenéséhez/
megszűnéséhez vezet.” Talán kicsit bonyolult, de – reményeim szerint –
elfogadható.

Füzéki Bálint

Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet, Budapest

E-mail: orom@t-online.hu